



Татьяна КОНОНЫГИНА: **«УЧИТЬСЯ С УВЛЕЧЕНИЕМ И ПОЛЬЗОЙ МОЖНО В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ!»**

Совсем недавно начался новый учебный год, и за парты сели не только школьники, но и люди старшего возраста.

Готовится к новому сезону знаний и

«Бархатный сезон». Накануне мы пообщались с экспертом в области образования людей старшего возраста, кандидатом социологических наук, руководителем одного из самых успешных университетов зрелого возраста в России Татьяной Кононыгиной.



– Татьяна Михайловна, вы – известный в России и за ее пределами специалист-герагог, эксперт по образованию пожилых людей. А как давно существует эта область знаний и чем занимаются герагоги? Много ли таких специалистов в России и в мире?

– Обучение пожилых людей в РФ становится все популярнее. Только компьютерным образованием охвачено ежегодно несколько десятков тысяч человек. Хотела бы обратить внимание на то, что данный вид деятельности – это не любительское дело, и им должны заниматься профессионалы. Без современных знаний о представителях старшего возраста, их особенностях, без овладения современными методиками и технологиями невозможно достичь максимального эффекта в геронтообразовании, задействовать потенциальные ресурсы обучающихся и обеспечить развитие пожилого человека для долгой, наполненной смыслами, активной жизни для себя, общества и государства. Этим как раз и занимается герагогика – научная дисциплина о воспитании, образовании людей в предпенсионном и пенсионном периодах жизни.

В России на сегодняшний день ни один вуз не готовит данных

специалистов. В начале 90-х подготовкой герагогов начали заниматься в Орле. И сегодня у нас есть достаточно материалов, учебного и методического оборудования для организаторов геронтообразования.

– Уже несколько десятилетий вы возглавляете в Орле один из первых в России «Народный университет золотого возраста». Многие, кто начинал вместе с вами, уже давно отказались от идеи обучения пожилых людей, и созданные ими структуры прекратили свое существование. В чем успех долгожительства вашего университета?

– Я убеждена в том, что многое зависит от организаторов и преподавателей подобных университетов, активистов из числа пожилых, и, конечно, нужны финансовые средства. Нам в Орле повезло: наша общественная организация имеет собственные помещения для занятий, во многих регионах этого нет. Вообще, самое «живучее» дело – то, которое рождается самими людьми. Так произошло в Орле. Мы существуем без всякой поддержки региональной власти, как самоорганизующаяся структура. Где-то

в регионах этой деятельностью занимаются высшие учебные заведения. И работают там коллеги «по-вузовски», излишне академично. Это не всегда то, что хочется пожилым людям.

– С какими сложностями чаще всего сталкиваются слушатели «золотого возраста», приходя в ваш университет впервые?

– Не всегда понимают, для чего нужно учиться на протяжении всей жизни. Не могут сформулировать цели обучения, выбрать образовательную программу. Бывает, что в течение жизни они имели отрицательный опыт обучения и чувствуют робость, неуверенность в своих силах. И здесь на помощь приходят специалисты, актив народного университета, те, кто занимается не один десяток лет. Ежегодно мы проводим для новичков «Дни открытых дверей», где знакомимся, демонстрируем продукты, эффекты обучения, отвечаем на вопросы.

– И все-таки зачем учиться человеку, который вышел на заслуженный отдых и трудиться больше не собирается?

– Чтобы жить долго, быть здоровым, справляться с трудными ситуациями, знать

и уметь отстаивать свои права, сохранять память, общаться не только со сверстниками, но и с молодыми людьми на равных, в том числе используя компьютерные технологии.

А еще – быть наставником, экспертом в том, в чем ты преуспел по жизни, передавать свой жизненный опыт и навыки. Можно освободиться от одиночества, хандры и депрессии, заниматься творчеством, общественной работой, путешествовать (хотя бы виртуально), найти новые увлечения, завести друзей, осмыслить пережитое. Наконец, полюбить себя и научиться быть счастливым!

Кстати, и научные исследования доказывают, что обучение, самообразование в предпенсионном и пенсионном возрасте повышает продолжительность жизни на 8–10 лет безо всяких лекарств.

– Татьяна Михайловна, даже не сомневаюсь, что вы сами все время чему-то учитесь. А что изучаете сейчас?

– Продолжаю изучать герagogические технологии, которыми владеют и используют зарубежные коллеги. Постоянно слежу за новинками в области социальной геронтологии, совершенствую свои навыки пользователя компьютером. А еще осваиваю новую для себя роль бабушки. Приходится изучать новинки в области дошкольной педагогики.

Мечтаю, чтобы в каждом городе, на селе пожилые люди не «доживали», а имели возможность обучаться, общаться, заниматься любимым делом совместно со сверстниками и молодежью. Полагаю, что геронтообразование должно быть бесплатным, должно быть встроено в систему образования в РФ, а обучением пожилых людей должны заниматься профессионалы – герагоги.

– Сейчас достаточно много заведений, которые приглашают учиться людей старшего возраста. Дайте, пожалуйста, совет, как пенсионеру правильно выбрать учебное заведение для образования, чтобы чувствовать себя комфортно и естественно?

– Хочу обратить внимание, что обучаться пожилых людей приглашают как учебные заведения, так и различные спортивные, оздоровительные, культурно-досуговые, социальные учреждения, общественные организации.

Есть немало предложений для самоорганизованного обучения по курсам и дисциплинам по дистанционным технологиям. Все зависит от цели, которую вы перед собой ставите.

Хотите заняться общественной деятельностью – идите на курсы по подготовке волонтеров. Собираетесь путешествовать – изучайте иностранный язык. Есть немало предложений по оздоровительной, дыхательной гимнастике, кройке и шитью. Предлагают научиться танцевать, рисовать, ухаживать за родственниками – выбор достаточно широк и разнообразен. Больше всего предложений по овладению компьютерной грамотностью. Обязательно изучите отзывы обучающихся, посетите место обучения, пообщайтесь с организаторами и преподавателями, задайте вопросы о содержании программы. Спросите, чему и как будут обучать. Если услуга платная, познакомьтесь с текстом договора. Обратите внимание на обустройство аудиторий. Удобнее всего обучаться в дневное время в месте, максимально приближенном к месту проживания. В первые дни занятий будете чувствовать себя комфортнее, если в группе есть уже знакомые люди.

Вообще, герagogические технологии и методы позволяют освободиться от страхов уже в первые минуты занятий, и обучение доставляет удовлетворение и радость! Поддерживать и расширять свои когнитивные возможности в зрелом возрасте очень важно. И я убеждена, что как раз такое обучение по герagogическим технологиям позволяет продлить интеллектуальную молодость. Учиться с увлечением и пользой можно в любом возрасте!

**Беседовала Ирина ТРОИЦКАЯ,
директор Клуба «Бархатный сезон»**

ПРИГЛАШАЕТ В ПОЕЗДКИ взрослых интеллигентных ПУТЕШЕСТВЕННИКОВ

14 октября

Покров в Новом Иерусалиме

20 октября

**Подмосковье купеческое:
Остафьево – Подольск –
Дубровицы (с органом
концертом)**

2–5 ноября

**Праздничные выходные
на Черноморском побережье**

8–16 ноября

**Израиль: отдых на Мертвом
и Красном морях с экскурсиями
по святым местам**

7–16 декабря

**Объединенные Арабские
Эмираты: море в декабре**

29 декабря – 6 января

**Новый год по-европейски:
Португалия**

29 декабря – 5 января

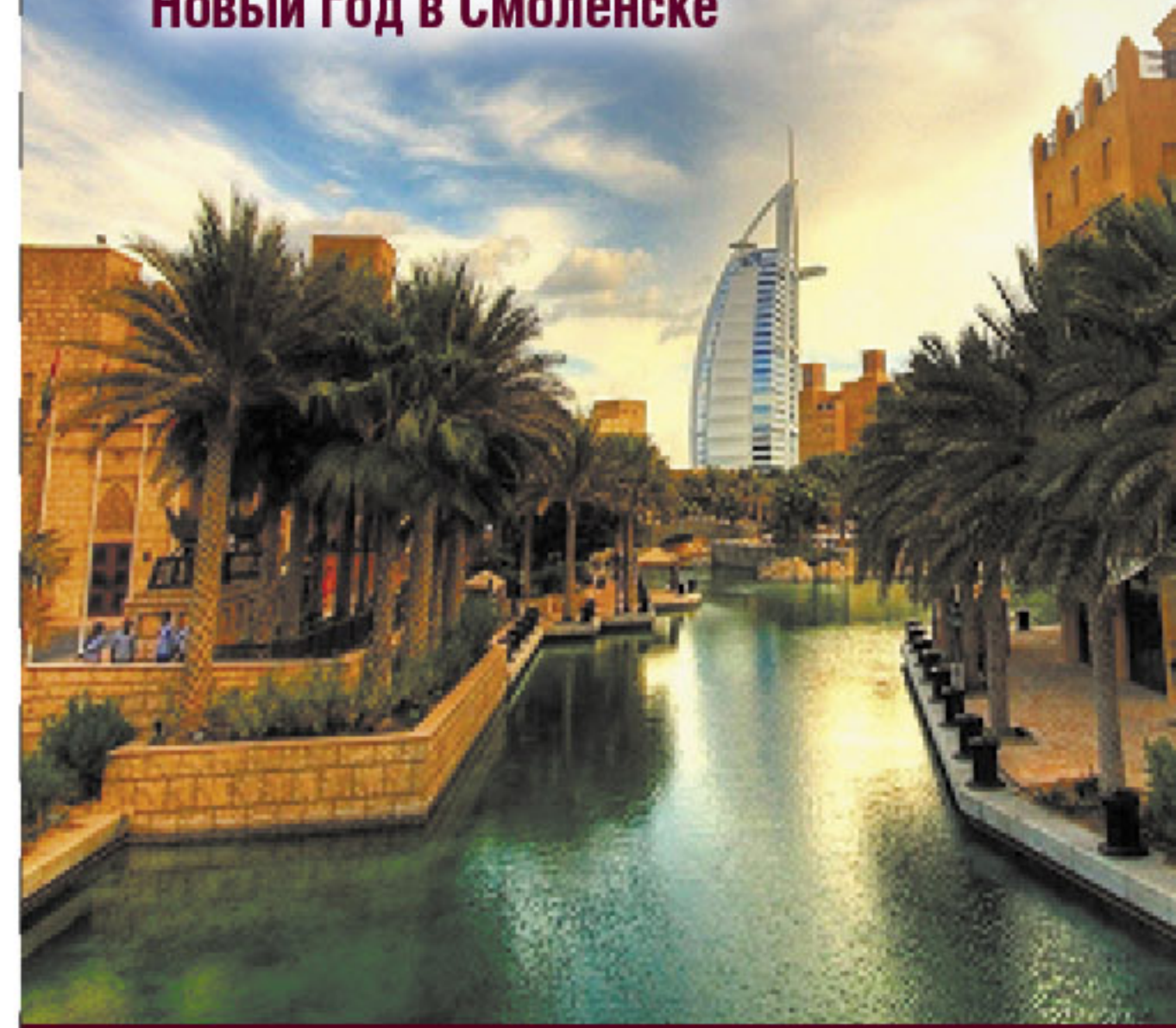
**Новый год по-восточному:
Ташкент – Самарканд – Бухара**

30 декабря – 4 января

Новый год в Сочи

31 декабря – 2 января

Новый год в Смоленске



**Жизнь прекрасна
в любом возрасте!!!**

■ Адаптированные поездки ■

■ Забота 24 часа в сутки! ■

■ Надежность и гарантия ■

+7 (965) 386-76-72 многоканальный
г. Москва (метро «Алексеевская»),
Кулаков пер., д. 9, стр. 1
www.fft.ru, www.bs-klub.ru